Ultega

(USA) **TELESCOPIC CARBON TREKKING POLES 3 IN 1, WITH REFLECTIVE BRACELET**

(F) **BÂTONS TÉLESCOPIQUES DE TREKKING 3 EN 1, EN CARBON, AVEC BRACELET RÉFLÉCHISSANT**

(ES) **BASTONES TELESCÓPICOS DE CARBÓN PARA TREKKING 3 EN 1, CON BRAZALETE REFLECTIVO**

---

# USER MANUAL

## MANUEL D'UTILISATION/MANUAL DEL USUARIO

US330900000068

# Carbon Te lescopic Trekking Poles 3 in 1

## INSTRUCTIONS FOR USE

Read through the instruction manual carefully before use.
Make sure you keep the instructions for future reference!

### Use

This trekking pole is equipped with a hardened metal tip and is intended for trekking in the countryside, on ice or on other smooth surfaces. It is also equipped with an asphalt pad which can be attached and removed easily when trekking on asphalt or other hard surfaces.
This trekking pole is intended solely for hiking. Disc change system with asphalt pad holder: when the asphalt pads or trekking pole discs are not used on the current trail, they can be attached to or inserted in the disc change system.

### ⚠ Safety notice

- Do not attempt any repairs that might put your safety at risk.
- We recommend using a heart rate monitor.
- Consult your doctor before engaging in sports activities if you have a known cardiovascular problem.
- Use sports shoes with treaded soles and supportive sides.
- Avoid sporting activities in the dark or use reflectors worn on the body at dusk.
- Check the screws on the trekking pole before use.
- Check the trekking pole for damage before use.
- As soon as you ascertain any damage in the stick segments, or anything faulty that will at the function of the trekking of floor, cease use of the stick immediately.
- If possible, avoid traffic.
- Do not oil.
- Remember that the tip of the trekking pole may damage floors.
- Do not sit on the pole as it could break.
- Pointed poles are dangerous for children.
- This equipment is solely intended for private use.
  This equipment is not guaranteed for commercial use.
- During use, please check the locking system regularly.

### Adjusting the pole length

Your trekking poles are height-adjustable from 67cm to 135cm and should be adjusted according to your height and the type of use.

### Walking on smooth surfaces(Fig. A/B)

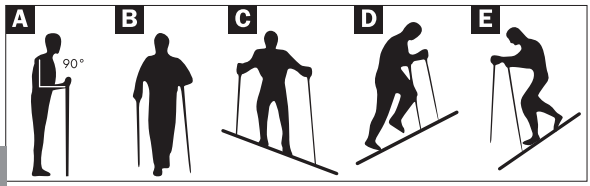
Set the pole length so that the upper and lower arms form a 90° angle. Ensure that both poles are adjusted to the same length.
Information regarding the length of the stick can be found on the central and lower stick segments. What happens if you want to set the stick length to 120cm? Fix both the central and lower stick segments so that the 120cm marking is just visible above the upper stick segment.

### Traversing (Fig.C)

The upper pole should be shortened and the lower pole lengthened so that both o r support.

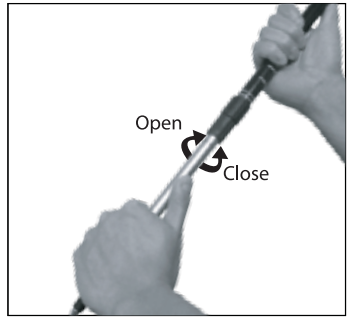
### Ascent/Descent (Fig D/E)

When walking uphill, the poles should be shortened in such a way that they o comfortable support. When walking downhill, the poles should be shortened so that they help to support a comfortable, upright posture.



## Close/open

The direction of force required to open and close is displayed on the upper section of the trekking stick. Hold the upper part of the stick firmly and turn the lower section to the right to tighten and to the left to open. Screw shut only as tightly as required so that you are able to loosen it again.




**⚠ Note:**

- After locking the strap ensure the closures are secure by lightly leaning onto the pole.
- Do not tighten the poles past the "STOP" mark.
- As far as weight restrictions are concerned, the trekking stick has a maximum bearing load of approx. 176.37 lbs.
- Loads over 176.37 lbs can cause damage to the damping system, should the damping system be deactivated at the time.
- The stick refuses to close correctly ? Pull each individual segment out of the stick itself. Turn the locking system manually 2-3 turns to the right, until the orange clamping device starts to widen slightly (see fig.). Then place the individual stick segments into the stick once again and fix to the desired length.

## Switching cushionsion system on/off

To deactivate the cushioning system, tighten the poles, as detailed in the "Adjusting pole length" section. Turn the central section of the trekking pole slightly against the screw direction. You will hear a loud click. The cushioning system is now deactivated. Turn the central part of the trekking pole gently in the screw direction to reactivate the cushioning system.

## Using the strap

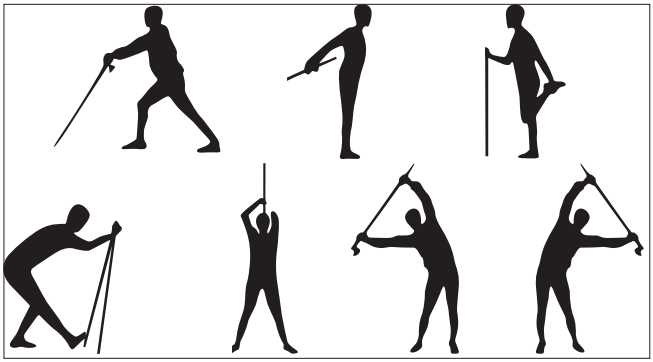
When using the strap ensure the back of the hand is enclosed by the top portion of the strap loop. You can detach the strap by pulling down the button.

## Handy hints for use

- Wear gloves in cold weather.
- Ensure that you consume enough liquid when undertaking long walks. It may be worth investing in either a drink rucksack or a drink belt.
- Wear clothing appropriate for the weather.

## ⚠ Stretching and warming up

Always warm up and stretch extensively before hiking (see illustration).



## Care and cleaning

Clean the trekking poles with a cloth soaked in lukewarm or soapy water. Do not attempt to clean the poles using detergent or abrasive cleaning agents. These may permanently damage the plastic parts and printed marks.

## Storage and transport

Do not leave the trekking poles exposed to direct sunlight or excessive temperatures as this could cause cracks to appear, causing them to disintegrate, reducing their lifespan and drastically reducing their use. Store the trekking poles in a dry place. Dry wet poles with a cloth before collapsing to prevent rust. Always attach the rubber bumpers to the tips when transporting the poles.

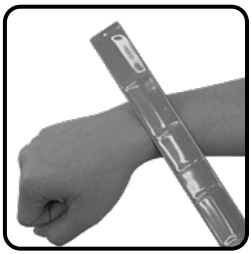
## Disposal

Dispose of packaging in an environmentally friendly way. To discard of trekking poles consult your local waste management authority.

Extremely durable multi-tempered hollow ground carbide steel tips - for improved contact with the ground and added support whilst trekking.

Shock - absorbing removable cover made of asphalt non - slip TRP - protects metal tips on smooth surfaces such as road ways or asphalt

Trekking pole disks prevent the pole from sinking too deep into soft grounds - use depending on the ground, attaches and detaches with case.



Flexible reflective snap bracelet for maximum safety.

Télescopique Bâtons de randonnée en Carbone 3 en 1

# INSTRUCTIONS D'UTILISATION

Lisez attentivement le manuel avant toute utilisation. Assurez-vous de conserver les instructions pour toute future référence!

## Utilisation

Ce bâton de randonnée est équipé d'une pointe en métal renforcée et est conçu pour des randonnées dans la campagne, sur la glace ou sur d'autres surfaces lisses. Il est également équipé d'un coussinet d'asphalte qui peut être attaché et enlevé facilement lors de randonnées sur de l'asphalte ou sur d'autres surfaces dures. Ce bâton de randonnée est conçu uniquement pour la randonnée. Système de changement du disque avec le support de coussinet pour asphalte: lorsque les coussinets pour asphalte ou les disques des bâtons de randonnée ne sont pas utilisés sur un chemin, ils peuvent être attachés ou insérés dans le système de changement de disque.

## ⚠ Précautions de sécurité

- Ne tentez pas d'effectuer des réparations qui pourraient mettre votre sécurité en danger
- Nous vous recommandons d'utiliser un moniteur de rythme cardiaque.
- Consultez votre médecin avant de vous engager dans des activités sportives si vous avez un problème cardiovasculaire.
- Utilisez des chaussures de sport à semelles légères et des parois latérales de soutien.
- Évitez de pratiquer des activités sportives dans l'obscurité ou utilisez des réflecteurs portés sur le corps
- Vérifiez les vis sur les bâtons de randonnée avant l'utilisation.
- Vérifiez le bâton de randonnée contre tout dommage avant de l'utiliser.
- Dès que vous constatez des dommages sur un bâton, ou toute pièce défectueuse qui aurait une incidence sur la fonction du produit, cessez immédiatement d'utiliser le bâton.
- Si possible, évitez le tra .
- Ne lubrifiez pas les bâtons de randonnée.
- Rappelez-vous que le bout du bâton de randonnée peut endommager les planchers.
- Ne vous asseyez pas sur un bâton de randonnée car il pourrait se briser.
- Les bâtons de randonnée sont dangereux pour les enfants.
- Cet équipement est exclusivement destiné à un usage privé.
  Cet équipement n'est pas destiné à un usage commercial.
- Pendant l'utilisation, veuillez

## Régler la hauteur des bâtons de randonnée

Vos bâtons de randonnée sont réglables en hauteur de 67cm à 135cm et doivent être ajustés en fonction de votre taille et du type d'utilisation.

## Marcher sur des surfaces lisses (schémas A/B)

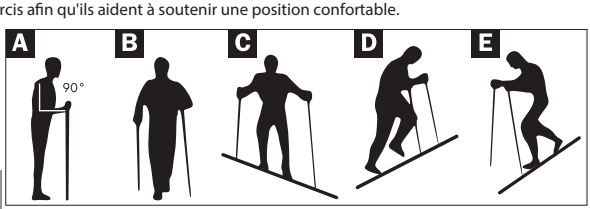
Réglez la longueur du bâton afin que les bras supérieur et inférieur forment un angle de 90 °. Assurez- vous que les deux bâtons soient ajustés à la même longueur. Les informations concernant la longueur du bâton sont indiquées sur les segments central et inférieur du bâton. Comment procéder si vous souhaitez régler les bâtons sur une longueur de 120cm? Fixez les deux segments central et inférieur du bâton de telle sorte que le marquage de 120cm soit tout juste visible au-dessus du segment supérieur du bâton.

## Faire une traversée (schéma C)

La partie supérieure du bâton doit être raccourcie et la partie inférieure doit être allongée afin que les deux parties offrent un support.

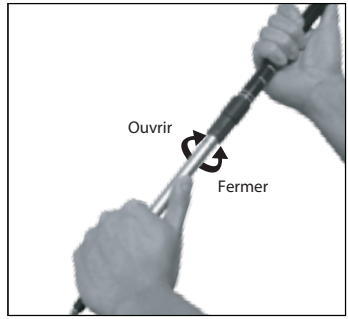
## Montée / Descente (schémas D/E)

Lorsque vous montez une pente, les bâtons doivent être raccourcis de telle manière qu'ils offrent un soutien confortable. Lorsque vous descendez une pente, les bâtons doivent être raccourcis afin qu'ils aident à soutenir une position confortable.



## Fermer/Ouvrir

Le sens de la force nécessaire pour ouvrir et fermer les bâtons de randonnée est afficé sur la partie supérieure du bâton. Maintenez fermement la partie supérieure du bâton et tournez la partie inférieure vers la droite pour serrer puis vers la gauche pour l'ouvrir. Vissez de façon serrée mais de manière à ce que vous soyez en mesure de le desserrer à nouveau.




**⚠ Remarque:**

- Après le verrouillage de la sangle, assurez-vous que les fermetures sont sécurisées en penchant légèrement le bâton.
- Ne resserrez pas les bâtons au-delà de la marque “A RRÊT“.
- En ce qui concerne les restrictions de poids, le bâton de randonnée a une portance maximale d'env. 176.37 lbs .
- Les charges de pl us de 176.37 lbs peuvent causer des dommages sur le système d'amortissement, et le système d'amortissement devra être désactivé.
- Le bâton refuse de se fermer correctement? Tirez individuellement sur chaque segment du bâton. Tournez le système de verrouillage manuellement sur 2 o u 3 tours vers la droite, jusqu'à ce que le dispositif de serrage or ange commence à s'éla rgir légèrement (voir le schéma). E nsuite, placez les segments individuels du bâton et xez-les à la longueur désirée.

## Activer / désactiver le système de coussinets

Pour désactiver le système d'amortissement, s errez les bâtons, comme détaillé dans le para graphe «Réglage la longueur des bâtons ". Tournez légèrement la partie centrale du bâton de randonnée dans le sens opposé de la vis. Vous entendrez un clic bruyant. L e système d'amortissement est maintenant dé sactivé. Tournez doucement la partie centrale du bâton de randonnée dans le sens de la vis pour réactiver le système d'amortissement.

## Utiliser la courroie

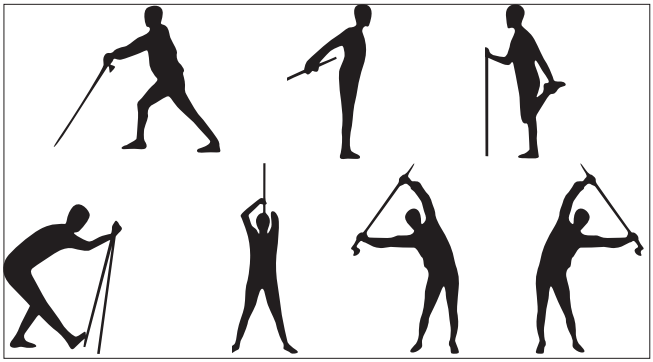
Lors de l'utilisation de la courroie, assurez-vous que le dos de la poignée soit fermé par la partie supérieure de la boucle de la courroie, avec le logo Rocktrail orienté vers l'extérieur, avant de tenir la poignée. Vous pouvez détacher la sangle en tirant sur le bouton.

## Conseils d'utilisation

- Porter des gants par temps froid.
- Assurez-vous de consommer assez de liquide lorsque vous entreprenez de longues promenades. Il est recommandé d'investir soit dans un sac à dos ou dans une ceinture à gourde.
- Portez des vêtements appropriés selon le climat.

## ⚠ Étirement et échauffement

Échauffez-vous et étirez-vous longuement, avant la randonnée (voir illustration).



## Entretien et nettoyage

Nettoyez les bâtons de randonnée avec un chiffon imbibé d'eau tiède ou savonneuse. Ne tentez pas de nettoyer les bâtons de randonnée en utilisant un détergent ou un agent de Échauffez-vous et étirez-vous longuement, avant la randonnée (voir illustration). nettoyage abrasif. Ils pourraient endommager les pièces en plastique et les marques imprimées de façon permanente.

## Rangement et transport

Ne laissez pas les bâtons de randonnée exposés directement au soleil ou sous des températures excessives car cela pourrait causer l'apparition de fissures, une détérioration, en réduisant leur durée de vie. Rangez les bâtons de randonnée dans un endroit sec. Séchez les bâtons de randonnée avec un chiffon humide avant de les plier pour éviter la rouille. Attachez toujours les coussinets en caoutchouc aux extrémités, lors du transport des bâtons.

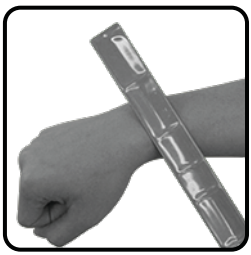
## Mise au rebut

Jetez les emballages de façon écologique. Pour jeter les bâtons de randonnée, consultez vos autorités locales concernant la gestion des déchets.

Pointes en acie trempées creuses extrêmement durables - pour un meilleur contact avec le sol un maintien supplémentaire lors d'une randonnée.

Coussinets à asphalte amovibles absorbant les chos composes de TPR antidérapant ils protégent les embouts en métal sur des surfaces lisses comme les routes ou l'asphalte.

Les disques des bâtons de randonnée empêchent le batons de s'enfonce trop profondément dans les sols mous - à utiliser selon le sol, attachez et détachez le disque facilement.



Bracelet réfléchissant flexible pour un maximum de sécurité.

# INSTRUCCIONES DE USO

Lea todo el manual de instrucciones con cuidado y atención antes del uso.
¡Asegúrese de guardar las instrucciones para futuras referencias!

## Uso

Este bastón para trekking está equipado con una punta endurecida y tiene como finalidad el trekking en el campo abierto, sobre hielo o sobre otras superficies suaves. También está equipado con una cubierta de asfalto que puede pegarse o removerse con facilidad cuando esté haciendo trekking en el asfalto o en otras superficies duras.
Este bastón para trekking está diseñado sólo para el senderismo. Sistema de cambio de discos con la cubierta de asfalto: cuando las cubiertas de asfalto o los discos de los bastones no se están usando en la pista actual, pueden pegarse o insertarse en el sistema de cambio de disco.

## ⚠ Aviso de seguridad

- No intente cualquier reparación que podría poner en riesgo su seguridad.
- Se recomienda el uso de un monitor de frecuencia cardiaca.
- Consulte a su médico antes de participar en actividades deportivas si tiene un problema cardiovascular conocido.
- Use zapatos deportivos con suela remachada y laterales de apoyo.
- Evite las actividades deportivas en la oscuridad o utilice reflectores en el cuerpo.
- Revise los tornillos del poste de trekking antes de su uso.
- Compruebe que el poste de trekking no tenga daños.
- Tan pronto determine los daños en los segmentos de palo, si algo defectuoso afecta la función del poste de trekking, deje de utilizar el palo de inmediato.
- Si es posible, evite el tráfico.
- No aceitar.
- Recuerde que la punta del poste de trekking puede dañar plantas.
- No se siente en el palo, ya que podría romperse.
- Los palos puntiagudos son peligrosos para los niños.
- Este equipo está destinado únicamente para uso privado.
- Este equipo no está garantizada para uso comercial.
- Durante el uso, por favor revise el sistema de bloqueo regularmente.

## Ajustar la longitud del bastón

Sus bastones de trekking son de altura ajustable de 67cm a 135cm y deberían ser ajustados de acuerdo con su tamaño y tipo de uso.

## Caminar en superficies suaves (Fig. A/B)

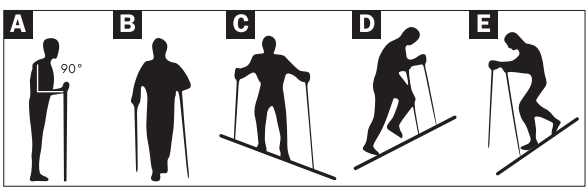
Configure la longitud de los bastones de modo que los brazos superior e inferior formen un ángulo de 90º. Asegúrese de que ambos bastones estén ajustados a la misma longitud. Información con respecto a la longitud del palo puede encontrarse en los segmentos inferior y central. ¿Qué sucede si usted desea configurar la longitud del palo a 120cm? Ajuste tanto el segmento central como el inferior de modo que la marca de 120cm sea apenas visible sobre el segmento del palo superior.

## Desplazamiento (Fig. C)

El bastón arriba debe acortarse y el bastón abajo debe estirarse de modo que ambos lleven soporte.

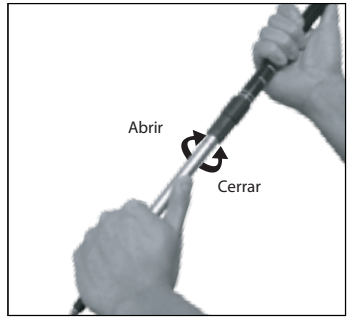
## Ascender/Descender (Fig. D/E)

Cuando suba por la montaña, las poleas deben ser acortadas de modo que ofrezcan un soporte cómodo. Cuando baje una montaña, los bastones deben acortarse de modo que puedan dar soporte a una postura cómoda y recta.



## Cerrar/abrir

La dirección de la fuerza que se requiere para abrir y cerrar se muestra en la sección superior del palo de trekking. Sostenga la parte superior del palo con firmeza y gire la sección inferior hacia la derecha para apretar y hacia la izquierda para abrir. Apriete tanto como lo requiera de modo que pueda desajustarlo de nuevo.




**⚠ Nota:**

- Después de cerrar la correa asegúrese de que las junturas estén aseguradas apoyándose un poco sobre el bastón.
- No apriete los bastones más allá de la marca "STOP".
- En lo que se refiere a las restricciones de peso, el palo de trekking tiene un soporte de carga máxima de 176.37 lbs.
- Cargas superiores a 176.37 lbs pueden causar daños al sistema de amortiguación, debe desactivarse el sistema de amortiguación antes de usar.
- ¿Se niega el palo a cerrar bien? Hale cada segmento individual y sáquelo del palo mismo. Gire el sistema de cierre de forma manual 2-3 giros hacia la derecha, hasta que el dispositivo de agarre naranjado comience a abrirse un poco (ver fig.). Luego ponga los segmentos individuales en el palo una vez más y fíjelo en la longitud deseada.

## Cambiar sistema amortiguador de encendido/apagado

Para desactivar el sistema de amortiguación, apriete los bastones tal como se detalla en la sección "Ajustar la longitud del bastón". Gira la sección central del bastón de trekking ligeramente contra la dirección del tornillo. Ahora podrá escuchar un sonoro click. El sistema de amortiguación está ahora desactivado. Gire la parte central del bastón para trekking de forma suave en la dirección del tornillo para reactivar el sistema de amortiguación.

## Usar la correa

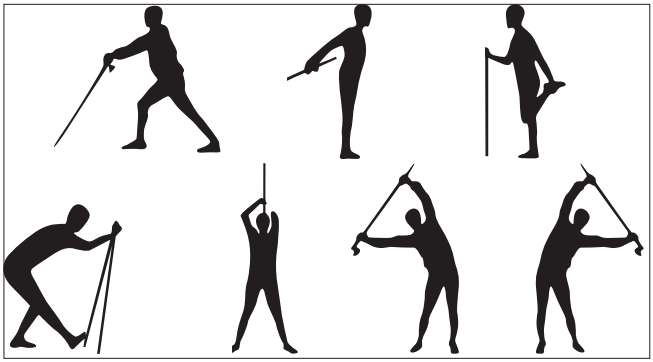
Cuando utilice la correa asegure el reverse de la mano esté cerrado por una porción superior del lazo de la correa.

## Consejos útiles para el uso

- Lleve guantes en clima frío.
- Asegúrese de consumir suficientes líquidos cuando emprenda largas caminatas. Puede ser valioso invertir en una mochila para bebidas o una correa para llevar líquidos.
- Vista ropa apropiada para el clima.

## ⚠ Estirar y calentar

Siempre caliente y estire durante un buen rato antes de practicar el senderismo (ver ilustración).



## Cuidado y limpieza

Limpie los bastones de trekking con un paño húmedo en agua tibia o agua enjabonada. No intente limpiar los bastones utilizando detergente o agentes abrasivos de limpieza. Estos pueden dañar permanentemente las partes de plástico y las marcas impresas.

## Almacenamiento y transporte

No deje los bastones para trekking expuestos bajo luz solar directa o temperaturas excesivas ya que esto podría ocasionar quiebres, hacer que se desintegren, lo cual reduce dramáticamente su tiempo de duración y su utilización. Almacene los bastones para trekking en un lugar seco. Seque los bastones húmedos con un paño antes de guardarlos para prevenir la oxidación. Siempre junte los parachoques de goma a las puntas cuando esté transportando los bastones.

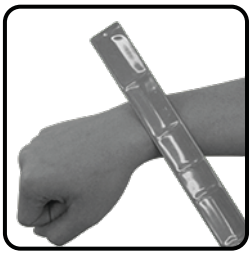
## Eliminación

Elimine el empaque de una forma amigable con el ambiente. Para descartar los bastones para trekking, consulte su autoridad de manejo de residuos local.

Puntas de acero de carburo de fondo vacío y multi-templado de extrema duración – para un contacto mejorado con el suelo y soporte adicional
durante el trekking.

La cubierta removible de absorción de impacto, hecha de puntas de metal TPS-protects antideslizantes en asfalto, sobre superficie suave tales como
una carretera o asfalto.

Los discos para los bastones de trekking previenen que estos se sumerjan demasiado profundo en el suelo suave. Use dependiendo del suelo, junte
o suelte según el caso.



Brazalete reflectivo y flexible con broche para máxima seguridad

Ultega

## USA Warranty Card www.ultega.net

If you wish to make a claim under the guarantee, please contact our service hotline or send us an email before sending us the device.You must do this if you wish to avoid paying shipping/postage charges!Many thanks.

**Manufacturer**

Summary USA Inc.372 W. Ontario Street. #304 Chicago, IL 60654
Hotline: 888-278-6970
E-mail: service.us@ultega.net

## F Bon de garantie www.ultega.net

En cas de dommage relevant de la garantie,
veuillez contacter tout d'abord notre assistance en ligne ou nous écrire un e-mail.

**Fabricant et S.A.V.**

Summary USA Inc.372 W. Ontario Street. #304 Chicago, IL 60654
Hotline: 888-278-6970
E-mail: service.us@ultega.net

## ES Certificado de garantía www.ultega.net

Si desea realizar una reclamación cubierta por la garantía, póngase en contacto con nuestro servicio de atención telefónica o envíenos un correo electrónico antes de enviarnos el dispositivo.

**Fabricante & Servicio**

Summary USA Inc.372 W. Ontario Street. #304 Chicago, IL 60654
Hotline: 888-278-6970
E-mail: service.us@ultega.net

http://www.facebook.com/ultega.net
Made in China

2 years warranty
Garantie de 2 ans
Garantía de 2 años

© Alle Rechte vorbehalten/All rights reserved/Tous droits réservés/Tutti i diritti riservati/Reservados todos los derechos